

# BAB 1 : PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Pola penyakit dan pola penyebab kematian di Indonesia telah mengalami pergeseran dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular.<sup>(1)</sup> Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang tidak dapat menular dan memiliki durasi yang lama serta perkembangan yang lambat. Menurut WHO, terdapat empat PTM utama, yaitu penyakit kardiovaskular (jantung dan stroke), kanker, penyakit pernafasan kronis (obstruksi paru kronis dan asma), dan diabetes.<sup>(2)</sup> Riskesdas (2018) menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular utama dibandingkan dengan Riskesdas (2013), antara lain peningkatan prevalensi kanker dari 1,4 permil menjadi 1,8 permil, peningkatan prevalensi stroke pada penduduk umur  $\geq 15$  tahun dari 7,0 permil menjadi 10,9 permil, dan peningkatan prevalensi diabetes mellitus pada penduduk  $\geq 15$  tahun dari 6,9% menjadi 10,9%.<sup>(3,4)</sup>

Berdasarkan Riskesdas (2018), diabetes mellitus mengalami peningkatan prevalensi kasus tertinggi dibandingkan PTM lainnya. Diabetes melitus merupakan gangguan metabolisme tubuh yang disebabkan oleh pankreas yang tidak dapat bekerja memproduksi insulin atau ketidakefektifan tubuh dalam memanfaatkan insulin. Insulin adalah hormon yang berfungsi menyeimbangkan kadar gula darah.<sup>(5)</sup> Diabetes mellitus terbagi menjadi dua jenis, yaitu tipe 1 dan tipe 2. DM tipe 1 disebabkan oleh kurangnya produksi insulin, sedangkan tipe 2 disebabkan penggunaan insulin yang tidak efektif.<sup>(6)</sup> Dari seluruh kasus, 90% kasus merupakan DM tipe 2.<sup>(5)</sup>

*International Diabetes Federation* (2021) mengungkapkan bahwa Indonesia merupakan negara kelima dengan jumlah penderita diabetes mellitus terbanyak di dunia, yaitu sebanyak 19,5 juta orang. Jumlah ini akan terus bertambah hingga tahun 2045 diperkirakan mencapai 28,6 juta orang.<sup>(7)</sup> Meningkatnya kasus tersebut karena diabetes mellitus tidak lagi hanya menyerang usia lanjut, namun juga usia muda.<sup>(8)</sup> Berdasarkan Riskesdas (2018), diketahui bahwa 22,3% penderita diabetes melitus di Indonesia berusia 15-24 tahun. Terdapat 25,5% penderita diabetes berusia 15-24 tahun yang tidak menjalani pengobatan. Selain itu, 92,5% kelompok umur 15-24 tahun tidak pernah mengecek kadar gula darah.<sup>(4)</sup>

Kasus prediabetes pada usia muda juga cukup banyak. Terdapat 14,9% penduduk usia 15-24 tahun yang mengalami gula darah puasa terganggu (GDPT) dimana kadar gula darah puasa melewati batas normal. Serta 21,2% mengalami toleransi glukosa terganggu (TGT) dimana kadar gula darah setelah makan melewati batas normal.<sup>(4)</sup> Meskipun belum bisa digolongkan sebagai diabetes, kondisi prediabetes tidak bisa dianggap remeh. Penelitian dengan studi kohort yang dilakukan oleh Sulistiowati (2018) menunjukkan sebesar 13,14% responden prediabetes mengalami DM dalam waktu 2 tahun.<sup>(9)</sup>

Selain prevalensi yang meningkat, *Global Burden Of Disease* (2019) menunjukkan tingkat kematian akibat diabetes tipe 2 di Indonesia meningkat dari posisi ke-10 pada 1990 menjadi posisi ke-4 pada 2019 dengan persen perubahan sebesar 172,7%. *Disability-adjusted life years* (DALYs) merupakan tahun hidup yang hilang untuk hidup sehat yang disebabkan karena kematian dini, penyakit, atau disabilitas. Tahun yang hilang akibat diabetes melitus tipe 2 mengalami peningkatan secara signifikan dari tahun 1990 sampai tahun 2019, yaitu sebesar 262,4%.<sup>(10)</sup> Diabetes pada usia muda yang tidak terkontrol dengan baik dapat menimbulkan

komplikasi penyakit. Komplikasi mikrovaskular seperti nefropati, retinopati, dan neuropati. Komplikasi makrovaskular seperti penyakit stroke, jantung koroner, dan ulkus kaki. Komplikasi lain yang terlihat pada usia muda adalah gangguan pendengaran dan penurunan kesuburan.<sup>(8)</sup>

Sumatera Barat memiliki prevalensi total 1,6% pada tahun 2018, dimana Sumatera Barat menempati urutan 21 dari 34 provinsi di Indonesia.<sup>(4)</sup> Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar (2018), jumlah kasus diabetes mellitus di Sumbar sebanyak 44.280 kasus, dengan jumlah kasus terbanyak di wilayah Kota Padang sebanyak 12.231 kasus. Menurut dinas Kesehatan Kota Padang (2021), ditemukan penderita Diabetes Melitus sebanyak 13.519 kasus di Kota Padang.<sup>(11)</sup>

Terdapat dua faktor risiko yang dapat memicu terjadinya diabetes mellitus, yaitu faktor risiko yang dapat diubah dan faktor risiko yang tidak dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah adalah ras, suku, usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, pernah melahirkan bayi dengan berat lahir lebih dari 4000 gram, dan riwayat berat badan lahir rendah kurang dari 2500 gram. Faktor risiko yang dapat diubah antara lain obesitas, hipertensi, kurang aktivitas fisik, dislipidemia, riwayat penyakit jantung, dan diet tidak seimbang (tinggi gula, garam, lemak, dan rendah serat).<sup>(12)</sup>

Menurut WHO, perilaku makan merupakan faktor risiko yang menjadi fokus dalam pencegahan dan pengendalian diabetes melitus.<sup>(13)</sup> Hal ini juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan keterkaitan antara perilaku makan dengan DM. Berdasarkan penelitian Chorunnisa, dkk (2022) ditemukan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi gula dengan kejadian diabetes mellitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 32,9% responden memiliki diabetes dan mengonsumsi gula dalam kategori sering, 17,1% responden memiliki diabetes dan mengonsumsi gula

dalam kategori kadang, dan 14,5% responden memiliki diabetes dan mengonsumsi gula jarang.<sup>(14)</sup> Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kalsum, dkk (2019) yang mengungkapkan bahwa faktor dominan penyebab diabetes tipe 2 adalah pola makan. Pola makan yang tidak baik meningkatkan risiko sebesar 11,23 kali untuk menderita diabetes mellitus.<sup>(15)</sup>

Perilaku makan yang sehat telah disampaikan Kementerian Kesehatan RI melalui Pedoman Gizi Seimbang. Sedangkan perilaku makan yang tidak sehat tercermin dari kebiasaan mengonsumsi makanan berisiko. Makanan berisiko adalah makanan yang dapat memicu munculnya penyakit diabetes dan penyakit degeneratif lainnya. Dalam Riskesdas (2018), Kemenkes RI mengkategorikan makanan berisiko menjadi sembilan jenis antara lain makanan/minuman manis, makanan asin, makanan berlemak/kolesterol/gorengan, makanan yang dibakar, makanan daging/ayam/ikan olahan dengan pengawet, bumbu penyedap, *softdrink*/minuman berkarbonasi, minuman berenergi, serta makanan instan/*fastfood*.<sup>(4)</sup>

Saat ini, masyarakat usia muda justru menyukai makanan berisiko diabetes melitus. Kemenkes mengungkapkan bahwa rata-rata masyarakat usia muda mengonsumsi makanan berisiko sebanyak 1-6 kali/minggu.<sup>(4)</sup> Mahasiswa merupakan individu yang memasuki masa dewasa muda yang umumnya memiliki rentang usia 18-24 tahun. Mahasiswa seringkali mengambil keputusan untuk mengonsumsi makanan yang praktis dan murah tanpa memperhatikan kandungan zat gizi atau risiko makanan tersebut karena padatnya kegiatan perkuliahan serta kegiatan non-akademik lainnya.<sup>(16)</sup> Penelitian Resky, dkk (2019) menunjukkan 75,8% mahasiswa sering mengonsumsi makanan cepat saji.<sup>(17)</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian Tobelo, dkk (2021) yang menunjukkan 47,2% mahasiswa sering mengonsumsi makanan ringan sebagai cemilan dan 33,3% mahasiswa suka makan makanan instan (*fast*

*food*).<sup>(18)</sup> Sejalan dengan penelitian Musta'in, M., & Wulansari (2021) menunjukkan rata – rata mahasiswa mengonsumsi makanan cepat saji 3 – 5 kali seminggu.<sup>(19)</sup>

Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku konsumsi makanan berisiko, yaitu media sosial, pengetahuan, dan sikap. Media sosial merupakan salah satu jenis platform digital yang banyak digunakan sebagai media pemasaran makanan dan minuman.<sup>(20)</sup> Tingginya pengaruh media sosial yang gencar mempromosikan berbagai makanan berisiko dan mudahnya akses untuk mendapatkannya semakin mempermudah mahasiswa memiliki perilaku konsumsi makanan berisiko.<sup>(16)</sup> Penelitian Karini, dkk (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara akses media sosial terkait informasi makanan dengan perilaku makan.<sup>(21)</sup>

Pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam pembentukan kebiasaan makan individu.<sup>(22)</sup> Individu yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang makanan pemicu diabetes melitus dan batas maksimum untuk mengonsumsinya dapat mempengaruhi perilaku dalam menentukan jenis dan jumlah makanan yang akan dikonsumsi.<sup>(16)</sup> Penelitian Merita, & Junita, D. (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kebiasaan makanan berlemak.<sup>(23)</sup> Pengetahuan mempunyai peran penting dalam menentukan perilaku, karena pengetahuan menjadi dasar terbentuknya persepsi atau sikap. Sikap menjadi dasar bagi individu dalam mengambil keputusan dan menentukan tindakan yang kemudian berkembang menjadi perilaku. Sikap mempengaruhi perilaku seseorang terhadap makanan dan minuman.<sup>(16)</sup> Penelitian Nuraini, I. B., & Asthiningsing, N. W. W. (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji.<sup>(24)</sup>

Universitas Andalas merupakan satu-satunya perguruan tinggi yang menyelenggarakan kampus sehat di Sumatera Barat. Perguruan tinggi merupakan

wadah pendidikan generasi muda yang berpotensi membentuk *agent of change* di bidang kesehatan yang berkontribusi dalam upaya peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Program kampus sehat merupakan wujud dari Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) dengan upaya promotif dan preventif hidup sehat melalui edukasi pola hidup sehat, deteksi dini, dan intervensi yang terintegrasi dengan pengaturan lingkungan yang sehat sehingga prevalensi penyakit dan faktor risiko di lingkungan kampus dapat diturunkan.<sup>(25)</sup>

Mahasiswa Gizi merupakan mahasiswa yang mendapatkan pengetahuan tentang hubungan gizi atau makanan yang dikonsumsi dengan kesehatan dari perkuliahan, sehingga pengetahuan tersebut dapat mempengaruhi perilaku makan mahasiswa Gizi. Berdasarkan studi pendahuluan dan observasi yang dilakukan kepada 30 mahasiswa Gizi Universitas Andalas didapatkan bahwa 96,7% tertarik dengan makanan yang diinformasikan dan direkomendasikan media sosial. Mahasiswa Gizi rata-rata mengonsumsi 1-6 kali/minggu makanan manis/minuman manis, makanan asin, makanan berlemak, makanan yang dibakar, bumbu penyedap, dan mi instan/makanan instan lainnya. Sedangkan untuk makanan daging olahan dengan pengawet, *soft drink*/minuman berkarbonasi, dan minuman berenergi, rata-rata dikonsumsi  $\leq 3$  kali/bulan.

Perilaku konsumsi makanan berisiko pada mahasiswa yang cukup tinggi bertolak belakang dengan tugas mahasiswa sebagai *agent of change* yang seharusnya berperan aktif membantu pemerintah dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular. Keterkaitan erat antara perilaku makan dengan PTM terutama diabetes mellitus menyebabkan perilaku makan perlu mendapat perhatian lebih.<sup>(5)</sup>

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pemaparan yang ada pada latar belakang dimana berdasarkan kemenkes bahwa perilaku konsumsi makanan berisiko pada masyarakat usia muda di Indonesia tergolong tinggi dengan rata-rata konsumsi sebanyak 1-6 kali/minggu. Tingginya pengaruh media sosial yang gencar mempromosikan berbagai makanan berisiko dan mudahnya akses untuk mendapatkannya semakin mempermudah mahasiswa memiliki perilaku konsumsi makanan berisiko. Pengetahuan mempunyai peran penting dalam menentukan perilaku, karena pengetahuan menjadi dasar terbentuknya sikap. Sikap menjadi dasar bagi individu dalam mengambil keputusan dan menentukan tindakan yang kemudian berkembang menjadi perilaku. Penelitian ini untuk menjawab apakah paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap berhubungan dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui apakah ada hubungan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi paparan media sosial pada ahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
2. Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan gizi pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
3. Mengetahui distribusi frekuensi sikap pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
4. Mengetahui distribusi frekuensi tindakan pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
5. Mengetahui distribusi frekuensi perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
6. Mengetahui hubungan antara paparan media sosial dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
7. Mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
8. Mengetahui hubungan antara sikap dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas





## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan berupa kontribusi ilmu pengetahuan dan dapat bermanfaat sebagai referensi literatur ilmiah bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian terkait hubungan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes melitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dapat menjadi referensi bacaan bagi pembaca untuk melakukan penelitian lebih lanjut dalam bidang keilmuannya. Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengidentifikasi masalah dan menyediakan data terkait variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

2. Bagi Mahasiswa

Dapat memberikan informasi kepada mahasiswa untuk memperhatikan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus.

3. Bagi Peneliti

Dapat memperluas wawasan dan memperoleh pengalaman dalam menganalisis hubungan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap dengan perilaku makan berisiko diabetes mellitus pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

## 1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini mengenai keterkaitan paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap pada mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas dengan perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus. Penelitian ini dilakukan di lingkungan mahasiswa Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas. Variabel independen dalam penelitian ini adalah paparan media sosial, pengetahuan gizi, dan sikap. Sedangkan variabel dependen adalah perilaku konsumsi makanan berisiko diabetes mellitus. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *cross sectional*. Sampel diambil secara *proportional random sampling*.

